

УФ АМ
РЕСПУБЛИКЕ
ЦÆГÆТ ИРЫСТОН-АЛАНИ
ИУМÆЙÆГ МÆ



МО РФ
МИНИСТЕРСТВО
ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ
РЕСПУБЛИКИ СЕВЕРНАЯ ОСЕТИЯ
- АЛАНИЯ

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа с. Виноградное Моздокского района Республики Северная Осетия-Алания
363713, РСО - Алания, Моздокский район, с. Виноградное, ул. Советская, 63
тел/факс 5-41-81

УТВЕРЖДАЮ

И.о. Директора

МБОУ СОШ с. Виноградное

Ц.Р. Кочиева

«10» октября 2024 г.



План
психолого-педагогического сопровождения
учащихся в период подготовки и проведения ОГЭ И
ЕГЭ на 2024 -2025 учебный год

педагог-психолог

Кабисова Светлана Шаликоевна

Сопровождение учащихся в период подготовки к экзаменам является важным направлением работы педагога – психолога. Подготовка к итоговой аттестации включает в себя формирование и развитие психологической, педагогической и личностной готовности у всех участников образовательного процесса – обучающихся, учителей, родителей. Под психологической готовностью к итоговой аттестации подразумевается: общая эмоциональная готовность принятия ситуации, внутренняя психологическая настроенность на определённое поведение, ориентированность на целесообразные действия, актуализация и приспособление возможностей личности для успешных действий в ситуации сдачи экзамена. Психологическая подготовка субъектов образовательного процесса включает формирование положительного отношения к ОГЭ, ЕГЭ, разрешение прогнозируемых психологических трудностей, формирование и развитие значимых психологических знаний, умений и навыков, необходимых для успешного прохождения ОГЭ, ЕГЭ. Выпускники должны научиться преодолевать свой страх, научиться приёмам мобилизации и концентрации. Сам экзамен предполагает, что ученики должны быть адаптированы в обществе, так как подвергаются внешней экспертизе со стороны общества и отчитываются о результатах своей учебы перед ним. Это один из самых значимых шагов к социализации и адаптации в обществе.

Цель: сопровождение выпускников по подготовке к государственной итоговой аттестации, как условие к их дальнейшей успешной социализации и адаптации в обществе.

Задачи:

- выработать с учащимися оптимальную стратегию подготовки к ОГЭ и ЕГЭ, осознать свои сильные и слабые стороны,
- отработать навыки уверенного поведения во время ОГЭ, ЕГЭ, навыки самоконтроля с опорой на внутренние резервы,
- оказать помощь в осознании собственной ответственности за поступки, обучить навыкам конструктивного взаимодействия, анализу своих установок,
- обеспечить коррекционное – развивающую работу с учащимися «группы - риска»,
- провести консультативную работу с учащимися, имеющими проблемы при подготовке к ОГЭ, ЕГЭ,
- оказать методическую и консультативную помощь педагогам и родителям в процессе подготовки учащихся к ОГЭ, ЕГЭ,
- разработать психолого-педагогические рекомендации.

| №п/п | Название работы | Сроки проведения | категория | Ответственные |
|--------------------------------|---|-------------------|-------------------------------|---|
| 1. Психодиагностическая работа | | | | |
| 1.2 | Занятие 1 Тема диагностики: «Самооценка и уровень притязаний» (понятие самооценки, определение уровня самооценки, типа темперамента) | октябрь | Обучающиеся 9 и 11 классов | Педагог-психолог, руководители классные |
| 1.2 | Занятие 2 Тема диагностики: «Темперамент» (знакомство с типами темперамента, определение типа темперамента) | ноябрь | Обучающиеся 9 и 11 классов | Педагог-психолог, руководители классные |
| 1.3 | Занятие 3 Тема: «Чувства и эмоции. Истоки негативных эмоций» (выявление эмоционального состояния, способы выражения и регуляции эмоционального состояния) | ноябрь | Обучающиеся 9 и 11 классов | Педагог-психолог, руководители классные |
| 1.4 | Занятие 4 Тема: «Тип мышления» (мышление как средство познания, знакомство с типами мышления, определение типа мышления) | Ноябрь декабрь | Обучающиеся 9 и 11 классов | Педагог-психолог, руководители классные |
| 1.5 | Занятие 5 Тема: «Внимание» (тренировка объема, концентрации, устойчивости, распределения, переключения и | декабрь | Обучающиеся 9 и 11 классов | Педагог-психолог, классные руководители |

| | | | | |
|------|---|---------|----------------------------|--|
| | произвольности внимания) | | | |
| 1.6 | Занятие 6 Тема: «Память и запоминание» (знакомство с характеристиками памяти, обучение работе с текстами и приемам запоминания) | декабрь | Обучающиеся 9 и 11 классов | Педагог-психолог, Классные руководители |
| 1.7 | Занятие 7 Тема: «Стресс и тревожность» (понятие тревожности, Методика «определения уровня тревожности» Спилберга -Ханина | январь | Обучающиеся 9 и 11 классов | Педагог-психолог |
| 1.8 | Занятие 8 Тема: «Знакомство с приемами волевой мобилизации и совладения с чувствами» (знакомство с приемами волевой мобилизации; отработка приемов самообладания необходимых учащимся в ходе сдачи экзаменов) | февраль | Обучающиеся 9 и 11 классов | Педагог-психолог, классные руководители |
| 1.9 | Занятие 9 Тема: «Обучение приемам релаксации и снятия напряжения» (обучение методам нервно-мышечной релаксации, приемам расслабления;) | февраль | Обучающиеся 9 и 11 классов | Педагог-психолог, классные руководители |
| 1.10 | Занятие 10 Тема: «Как справиться со стрессом на экзамене» (ознакомить | март | Обучающиеся 9 и 11 классов | Педагог-психолог, классные руководители |

| | | | | |
|--|--|----------------|---|---|
| | учащихся со способами снижения тревоги в стрессовой ситуации) | | | |
| 1.11 | Занятие 11 Тема: «Способы снятия нервно-психических напряжений» (снятие психофизического напряжения) | апрель | Обучающиеся 9 и 11 классов | Педагог-психолог, классные руководители |
| 1.12 | Занятие 12 Тема: «Уверенность на экзамене» (повысить уверенность в себе, в своих силах) | апрель | Обучающиеся 9 и 11 классов | Педагог-психолог, классные руководители |
| 2. Психологическое консультирование | | | | |
| 2.1 | Индивидуальное консультирование по запросу: -как лучше подготовиться к экзаменам -Поведение на экзамене - Память и приемы запоминания - Способы само регуляции в стрессовой ситуации | В течении года | Ученики 9,11 классов | Педагог-психолог |
| 2.2 | Индивидуальное консультирование по запросу: вопросы связанные с ЕГЭ и ОГЭ | В течении года | Родители (официальные представители) | Педагог-психолог |
| 2.3 | Совместное изучение индивидуальных особенностей учащихся по запросу | В течении года | Классные руководители и учителя предметники | Педагог-психолог |